Fragebogen zu deinen Ernährungsgewohnheiten

Geschlecht: männlich ❒ weiblich ❒

Alter:\_\_\_\_\_\_\_\_

Klassenstufe: \_\_\_\_

Wie oft isst du am Tag? ­­

1x ❒ 2x ❒ 3x ❒ 4x ❒ 5x ❒ mehr als 5x ❒

Wie frühstückst du?

Alleine ❒ in der Schule ❒ mit der Familie ❒ gar nicht ❒

Wie isst du zu Mittag?

Alleine ❒ in der Schule ❒ mit der Familie ❒ gar nicht ❒

Wie isst du zu Abendbrot?

Alleine ❒ in der Schule ❒ mit der Familie ❒ gar nicht ❒

Wie oft isst du warm?

1x ❒ 2x ❒ 3x ❒ mehr als 3x ❒

Wieviel trinkst du am Tag?

0,25L ❒ 0,5L ❒ 0,75L ❒ 1,0L ❒ 1,25L ❒ 1,5L ❒ 1,75L 2,0L ❒ mehr als 2,0 L❒

Zwischen den Mahlzeiten trinke und esse ich ?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Wie oft wird bei dir zu Hause frisch gekocht?

Immer ❒ 3-5x die Woche ❒ 1-3x die Woche ❒ nie ❒

Wie oft isst du Obst und Gemüse du am Tag?

1x ❒ 2x ❒ 3x ❒ mehr als 3x ❒ nie ❒

Was verstehst du unter Fast Food? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Wie oft isst du Fast Food im Monat? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Wie oft isst du Fleisch in der Woche? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Wie oft isst du Süßigkeiten in der Woche? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Was ist dein Lieblingsessen? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ernährst du dich gesund?

Ja ❒ Nein ❒ manchmal ❒

Was ist für dich gesundes Essen? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_